

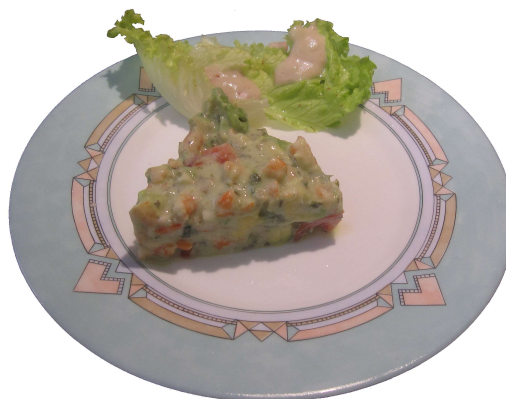
Avocado-Crevette-Tiermchen  
Broccoli-Flan  
Courgettebléie, gefëllt  
Croissant, waarm a gefëllt  
Eeër (gefëllten haart Eeër)  
Frittéiert Scampien  
Gebratene Kürbisscheiben  
Kéissoufflé  
Millefeuille mat Tomat a Mozzarella  
Paprika, gefëllt mat Thoncrème  
Rull mat Aubergine, Ham a Paprika  
Säckelchen mat Fëllung  
Saumon an geréischtert Forell  
Scampien am Knueweleksueleg  
Spargel mat Ham  
Summerleche Geméisflan  
Tomaten mat Crevetten  
Tomaten mat Mozzarella  
Tomatewafelen



## Avokado-Crevette-Tiermchen

### **Mir brauche fir 2 Leit:**

250 g Crevetten  
 1 Zéif Knuewelek  
 4 IL Kraidermayonnaise  
 2-3 IL Jughurt  
 2 Tomaten  
 1 Bott Dill  
 1 zeideg Avocado  
 3 IL Limetten- oder Zitrounejus  
 1 Schallott oder 1 Zwiwwel  
 1 IL Sonneblummeneleg  
 ½ IL Hunneg  
 Salz a Peffer  
 50 g Zalot



### **Uluecht:**

D'Tomate wierfelen an am Seibecken ofdrëpse loossen.

De Knuewelek kleng maachen a mat der Mayonnaise an dem Jughurt vermëschen.

D'Crevette kleng schneiden.

Vum Dill e puer kleng Stecker fir d'Dekoratioun op d'Säit leeën, de Rescht Gréngs of rappen a kleng schneiden.

D'Avocado wierfelen a mam Zitrounejus, Hunneg, Dill, Ueleg, Salz a Peffer vermëschen. Ofschmaachen.

D'Crevette an d'Tomaten drënner mëschen a stoe loossen.

E puer Blieder Zalot botzen.

Zaloteblieder an Zooss am Virfeld op'd Tellere preparéieren.

Kuerz virum Zerwéieren d'Tiermercher mat Hëllef vun Dessertsreng oder anere Formen hierstellen. Mam Dill dekoréieren

## Broccoli-Flan

### **Mir brauche fir 4 Leit:**

250 g Broccoli  
 3 Eeër  
 200 ml Schlagsahn  
 3 IL geriewwene Parmesan  
 Salz, Peffer  
 4 grouss Tomaten  
 1 Önn  
 2 IL Kaperen,  
 4 Sardellenfilet (anchois)  
 1 TL Moschter  
 2 IL Wäisswäinesseg  
 Zocker  
 80 ml Oliveneleg  
 16 Basilikumblieder  
 Aceto Balsamico



**Uluecht:**

Broccoli wäschen, botzen an a Salzwaasser 8 Min. am Salzwaasser oder Waasserdamp goe loossen.

Uewen op 170 Grad virhëtzen, Uewer- an Ennerhëtzt.

Eeër, Schlagsahn, Kéis, Salz a Peffer verquirlen. Broccoli püréieren und ënnerréieren.

Déi Mass a Formen (vu ca. 100 ml) verdeelen. Am Bain-Marie am Uewe ca. 25 Min. garen.

Tomaten iwwerbréien, entheiden an entkären.

D'Enn zerklengeren. Zesumme mat de Kaperen, Sardellen, Moschter, Esseg, Zocker a Peffer püréieren.

Ueleg dobäi ginn. Salzen.

Flans stierzen, mat Zooss, Basilikumblieder an Aceto Balsamico uriichten.

**Gefüllte Courgettebléie**

**Mir brauchen** (fir ca. 4 Leit):

4 Courgettebléie mat enger klenger Courgette drun

1 (kleng) Courgette (ca. 200 g)

2 mëttelgrouss Ënnen

2 Knuewelekszéiwen

100 g Räis

50 g moere Speck (oder réi Ham)

25 g Parmesan

1 Ee

25 g Piniekären

50 ml Britt (Bouillon)

½ IL Basilikum

½ IL Péiterséilech

¼ IL Majoran

3 IL Olivenueleg

Salz a Peffer



**Uluecht:** (gutt 1 ½ bis 2 Stonnen)

D'Bléie mat engem fiichten Duch botzen an d'Stempelen aus de Bléien eraus huelen. Déi Courgette dru wäschen an dréchnen ouni dat d'Bléien naass ginn.

D'Courgette virsichtig esou an Tranche schneiden, dat se un der Bléi hänke bleiwen.

De Räis kachen.

Ënnen a Knuewelekszéiwe reng schneiden. An 1 IL Olivenueleg dämpfen.

D'Courgette an Tranche schneiden a mat dämpfen, bis all Flëssegkeet verkacht ass.

D'Pinienkären ouni Uelech an der Pan réischteren.

De Speck a kleng Stécker schneiden.

De Schäffchen op 180°C erhëtzen.

D'Kraider zerklengeren.

D'Ee klappen a mat 1 IL Olivenueleg an allen aneren Ingredienten (nëmmen ¼ vum Räis) zu enger Farce vermëschen. Ofschmaachen an eventuell wierzen.

Déi Farce an d'Courgettebléie fëllen an d'Spëtzen zoudréinen.  
 Eng feierfest Form uelechen, d'Courgettebléien era leeën, mat liicht mat Uelech, salzen an d'Britt drop schëdden. E Stéck Sëlwerpabeier drop leeën an 20 bis 25 Minutten an de Schäffche stellen.  
 Mat dem Rescht Räis zerwéieren.

## **Croissant, waarm a gefëllt**

### **Mir brauchen:**

Croissant(en)  
 Gekachte Ham  
 Schwäizer Kéis



### **Uluecht:**


D'Croissanten opschneiden.  
 De schwäizer Kéis rappen an d'Ham a kleng Stécker schneiden.  
 Kéis an Ham vermëscht téschent d'Croissant'en leeën.  
 Am Schäffchen mat waarmer Loft  bei 180°C zirka eng Véierel Stonn bis 20 Minutten hëtzen.

Foto vum 21. Oktober 2016, Deko vum Jimmy.

## **Eeër (gefëllt)**

### **Mir brauchen:**

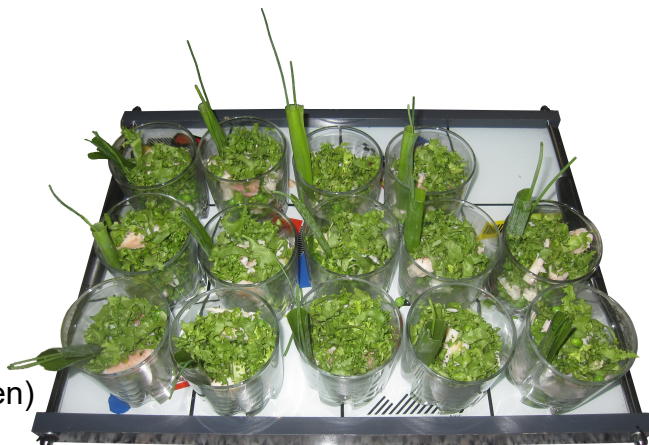
Haart gekachten Eeër  
 Péiterséilech  
 Kornichoen oder Bratzelen  
 Salz a Peffer

### **Uluecht:**

## **Forelle-Cocktail**

### **Mir brauchen (fir 14 Glieser):**

625 g geréichert Forell  
 400 g déifgefrueren Iedsen  
 ½ Bond Bratzelen  
 ca. 150 g Zalot (Réimer, Batavia oder Endivien)  
 frisch Ënnen („Lauchzwiebeln“)



**fir d'Zooss:**

Rahm

1 IL Moschter

3 ZL Sonneblummeneleg

½ Bond Dill

Péiterséilech

½ IL Merretech

e puer Drëpsen Zitrounejus oder Esseg

Bratzelen

Salz a Pfeffer

**Uluecht:**

Déi gefruere Iedsen e puer Minutten (2 bis 3) an kachend Salzwaasser ginn.  
A kaalem Waasser ofschrecken an dréischenen loossen.

E puer fresch Ënnen a Reng schneiden.

**Frittéiert Scampien****Mir brauchen:****Gebratene Kürbisscheiben**

1 Butternut-Kürbis

Olivenöl

Salz und Pfeffer

Creme fraiche

Den Kürbiss in ca. daumendicke Scheiben schneiden  
und im Olivenöl von beiden Seiten braten  
(je Seite etwa 3 Min.)

Die Scheiben sollten noch etwas Biß haben.

Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen und jede  
Scheibe mit einem Teelöffel Creme fraiche servieren.

Pro Person rechnet man 2-3 Scheiben als Vorspeise.

**Kéissoufflé****Mir brauchen (fir 4 Portiounen):**

Kéissoufflé: ► 13-VG Vegetaresch

Dekoratioun: Zalot, Ee, Tomat..., wat  
d'Kichen hiergëtt resp. no wat et  
dem Chef grad ass 😊



## **Millefeuille mat Tomat a Mozzarella**

**Mir brauchen (fir 4 Portiounen):**

4 Tomaten  
4 Bulle Mozzarella  
E puer Tranche Parmesan  
2 IL Pesto  
2 IL Olivenueleg  
Frësch gemuele Peffer  
Salz  
E puer Basilikumblieder  
Stecker Baguette, Toastbrout oder anert Brout  
4 hëlzen Zännstocher oder aner Spiissercher

**Uluecht:**

D'Tomaten an de Mozzarella an Tranche schneiden.  
Ofwiesselend Tomat, Mozzarella an en Stéck Parmesan op enee leeën.  
Heiansdo salzen a pefferen. De Millefeuille mat engem Spiissche fixéieren.  
Niewent de Millefeuille en hallwen lessläffel Pesto an en hallwen lessläffel Olivenueleg maachen.  
Zousätzlech mam Brout an de Basilikumblieder dekoréieren.

Iddie vun eisem Kach am «Restaurant scolaire», am Januar 2020

## **Paprika, gefëllt mat Thoncrème**

**Mir brauchen: (fir 6-8 Leit)**

12 spatz Paprikaen (vun zirka 50 g)  
1 Bécks Thon am Ueleg (185 g)  
2 Eeër  
1 grouss Ënn  
2 sauer Kornischongen  
1 Glas Kaperen (35 g)  
150 g Crème fraîche  
1 Pouz Zocker  
Salz a Peffer

**Uluecht:** (ca. ½ Stonn)

D'Eeër haart kachen.  
Vun de Paprikaen d'Deckelen erof schneiden an d'Kären eraus huelen.  
D'Ënn, d'Kornischongen an d'Eeër a kleng Wierfele schneiden.  
Den Thon mat der Forschett a reng Stécker verdeelen.  
Mat der Crème fraîche, de Kaperen an dem kléng Geschniddeenen zu enger Crème vermëschen. Mam Zocker, Salz a Peffer ofschmaachen.  
D'Crème an d'Paprikae fëllen an d'Deckelen drop leeën.

## Rull mat Aubergine, Ham a Paprika

Ënnert dem Kapitel 6, Deegwueren, ze fannen.



## Säckelche mat Fëllung

**Mir brauche fir 6 bis 8 Leit:**

Feuilles de brick  
Mozzarella (250 g ofgedrëpst)  
3 Tomaten (am beschten „Roma“)  
Pesto aus vill Pinienkären (100 g) ouni Uelegzousatz  
Zirka 80 g schwaarz Oliven ouni Steng  
Salz, Cayennepfeffer a frësch gemuelene Pfeffer  
Botter oder Ueleg  
Min. 8 Bratzelen



**Dekor:**

Agedeckten Aceito Balsamico, Cayennepfeffer

**Uluecht:**

De Mozzarella an Tranche schneiden an d'Tomaten wierfelen. Alles am Seibecken oder engem Sift ofdrëpse loossen.

D'Oliven véierelen.

De Schäffchen op 180°C (Ëmloft) vir wiermen.

D'Fëllung mëschen a wierzen.

Den Deeg aus dem Pak huelen an direkt mat Botter oder Ueleg areiwen. An gläichschenkeleg Dräiecker schneiden.

D'Fëllung drop leeën, zu engem Säckelche formen a mat enger Bratzel zou strécken.

Kuerz an de Schäffchen stellen.

Vum Erny, dem Kach aus der Kantin am LTAM, 2009. Mat Oliven als Kreatioun vu mir.

## Saumon an geréischtert Forell

De Saumon mat e bësselche réi Enn, e puer Kaperen an engem Stéck Zitroun (donieft) dekoréieren.

D'Forell mat e bësselche Mierréidech, mat Schlagsahn geschloen, dekoréieren, evtl. eng Schaif Zitroun an eng Reidesch.

E Stéck getoastend Brout.



## Scampien am Knueweleksueleg

**Mir brauchen:**

24 Scampien

1-2 rout Chillien

2-3 Knuewelekszéiwen

6 EL Olivenueleg

1 Bond Péiterséileg

**Uuecht**

De Péiterséileg wäschen, dréchnen a reng schneiden.

Vun de Chillien dat Gréngt ofschneiden an d'Kären eraus huelen. An dënn Réng schneiden.

D'Scampien esou schielen, dat de Schwanz drun bleift.

De Knuewelek a Stëfter schneiden.

Déi Stëfter zirka 3 Minutte bei mëttlerer Hëtzt am Ueleg goe loossen.

De Knuewelek aus dem Ueleg huelen an d'Scampie kuerz ubroden.

D'Scampien eraus huelen.

De Péiterséileg an d'Chilliréng mam Ueleg vermëschen an ofkille loossen.

Dann iwwert d'Scampie verdeelen an zerwéieren.

## Spargel mat Ham

**Mir brauchen:**

ca.





## Summerleche Geméisflan

### Mir brauche fir 6 Leit:

750 g déifgefruere Summergeméis  
 250 ml Mëllech  
 2 Eeër an 2 Eewäiss  
 1 TL Salz, Muskat, frësch gemuelene Peffer  
 2 TL Sonnenblumenuelch

### Zooss:

200 g Joghurt  
 ½ Knuewelekszéif  
 ¼ Enn  
 ½ Bond Bratzelen  
 ½ TL Moschter  
 Péiterséilech  
 Salz a Cayennepfeffer

### Dekor:

frësche Péiterséilech, Estragon, Bratzelen, Tomaten(tranchen) ...  
 Salzstangen, Bretzelen, Chipsen ...

### Uluecht:

D'Geméis ca. 15 Min. dämpfen.

D'Mëllech mat den Eeër, dem Eewäiss a den Gewierzer ganz gudd vermëschen. Duerno d'Geméis dorënner réieren.

Feierfest Formen mam Uelech afetten an d'Geméis afëllen.

Am Schäftgen  am Bain-Marie bei 140°C ca. 15 Minutten erhëtzen (oder e puer Minutte an d'Mikrowell stellen.) Waarm zerwéieren.

Fir d'Zooss d'Ënne ganz reng rappen oder schneiden, d'Bratzelen kleng schneiden an alles vermëschen an ofschmaachen.

**Als Virbereedong** kënnen d'Flaen en halwen Dag am virus gemeet ginn. Virum zerwéieren de kale Schäftgen op Ëmloft (120 bis 180°C) stellen. Am Schäftgen ca. 8 bis 15 Minutten erwiermen an zerwéieren.



## Tomate mat Crevetten

### Mir brauchen:

500 g Crevetten (60 g/Tomat)  
 12 Tomaten  
 150 ml Cocktail-Zooss  
 100 ml Rahm  
 E puer Drëpsen Zitrounejus  
 Péiterséilech, haart Ee ... als Décor

### Uluecht:

Vun den Tomate den Deckel erof schneiden, de Batz eraus schneiden an dat Bannent eraus huelen.

D'Ram steif schloen, d'Cocktail-Zooss drënner hiewen a mat dem Zitrounejus ofschmaachen.

D'Zooss mat den Crevetten vermëschen an'd Tomate fëllen.



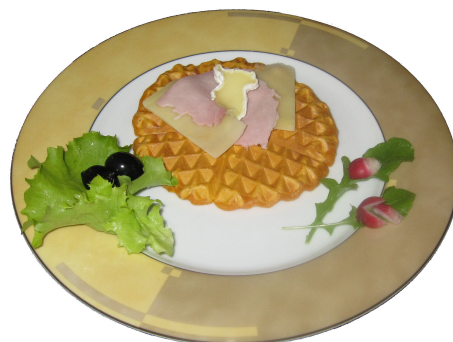
## Tomate mat Mozzarella

**Mir brauchen:**



## Tomatewafelen

**Mir brauchen:** (fir 7 bis 10 Wafelen)  
 100 g Tomaten (4 Cocktail Tomaten)  
 50 bis 70 g gedréchent, ageluechten Tomaten  
 2 IL Olivenueleg  
 1 dl Ram  
 ½ TL Salz  
 Eng Pouz frësch gemuelene Peffer  
 3 Eeër  
 250 g Miel  
 5 TL (15 g) Bakpolver



**Doriwwer eraus:**

Püréierstab  
 Mixer  
 Kleng a grouss Schossel

**Uluecht:** (ca. ½ h plus ½ h Baken)

De Batz aus den Tomate schneiden.

Déi gedréchent Tomate kleng schneiden.

Tomaten, gedréchent Tomaten, Tomatepüree an Olivenueleg püréieren.

Ram, Salz, Peffer an Eeër dorënner réieren.

De Bakpolver ënnert d'Miel mëschen an da mam Rescht zu engem déckflëssegem Deeg vermëschen.

D'Wafeleisen op maximal Hëtzt stellen. Ëmmer ca. 2 IL Deeg an'd Mëtt vum Wafeleise ginn an eng Kéier drop drécken.

**Bemierkung:**

Déi fäerdeg Wafele versuergen sech e puer Deeg an enger Béchs a loossen sech gutt am Toaster opwiermen.

**Zervéier-Proposen:**

Ham, Kéis, Zaloteblieder, Oliven, Nëss

Aus enger Zäitschrëft, am Juni 2009 fir d'Éischt probéiert.